

**オニオンコート****ねぎねぎだより**

発行 令和4年11月 第65号

発行者 オニオンコート広報委員会

社会福祉法人 百合の会

**オニオンコート**

TEL (011) 774-2133

FAX (011) 774-3377

**手指衛生の講習会を開催しました**

東京サラヤ株式会社様を講師に迎え、職員対象に手指衛生の重要性と実践を課題に研修を行いました。

新型コロナウイルスやノロウイルスの感染防止のため、正しい手洗いが実践できているか、手洗いチェッカーで確認しました。蛍光クリームを手にしりこむように塗布し、普段の手洗いを行ったあと、ブラックライトを当てて洗い残しがあるとその部分が光り、どの辺りがきちんと洗えていないかがわかります。講習を受けた職員は「きちんと洗ったはずなのに」と驚いた様子でした。視覚的に見えることで、非常にわかりやすく危機感も持てたと思います。正しい手洗いを実践し、施設内の感染防止に努めます。





# 敬老会

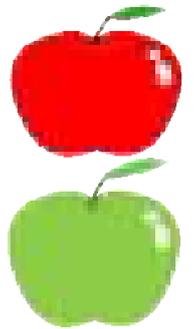
10月29日に敬老のお祝いを行いました。  
 施設最高齢は103歳、100歳を迎えた方には総理大臣から表彰状と記念品が届きました。記念撮影を行い、手作りの額と記念品を贈呈させていただきました。  
 コロナの影響で少し遅れた開催になってしまいましたが、みなさま大変おめでとうございます！これからも元気で過ごしてくださいね。



# デイサービス誕生会



毎月の誕生者をお祝いする  
 デイの誕生会。  
 毎月職員お手製の誕生  
 カードと一緒に写真を撮り  
 お渡ししています！



↑ 壁面にて誕生者一覧



職員お手製の誕生カード→

← 誕生カード用の写真



## 喫茶ねぎぼうずでのご様子



ねぎぼうずは、自由に  
 コーヒーやソフト  
 クリームを召し上がれる  
 デイ利用者にとっての  
 憩いの場となって  
 おります。



**グループホーム**



**ガンバレ！応援しています。**



**さあ、当てるぞ！**



**みんなでボールでレクをしています**



**ゲームで優勝したぞ！**

**グループホームでは、毎日レクリエーションをおこなったり、みんなで元気に体操をしたいして過ごしています。日々の様子を写真でご紹介いたします！**



**先生のお手本に合わせてハイポーズ**



**指の運動中です！**



**マニキュアをしました、きれい？**



**お手玉、たくさん投げられるよ！**





## 🌱 おやつ🍪 を楽しみましょう!

おやつといえば、「子供のもの」と思っていないですか？  
 高齢になると食が細くなり、食事だけで必要な栄養を摂る事が難しくなってきました。  
 おやつで不足がちな栄養を補いましょう。



### 📖 おやつ選びのポイント

- ① 筋肉や骨のためにタンパク質やカルシウムを補う  
 乳製品（牛乳・ヨーグルト・チーズなど）・卵・大豆製品・豆類
- ② 疲労回復のためにビタミンや水分を補う  
 果物・果汁入りジュース・野菜ジュース
- ③ 便秘予防のために食物繊維を補う  
 ドライフルーツ(干し柿、プルーンなど) ・芋類・豆類・ココア



### 👁️ おすすめのおやつ

- ・果物やドライフルーツを入れたヨーグルト
- ・牛乳や豆乳にココアやきなこを混ぜる  
 (砂糖の代わりに栄養豊富なはちみつや整腸作用があるオリゴ糖を使うのも良いでしょう)
- ・牛乳やジュースをゼラチンや寒天で固めたゼリー
- ・あんこやさつま芋、乳製品や卵を使ったお菓子  
 (ようかんやきんとん、甘納豆、チーズケーキやプリン、ババロアなど)
- ・ドリンクやゼリーなどの市販の栄養補助食品  
 (少量で栄養をまとめて補えます)



### 🚫 注意すること

- ・おやつで満腹になって食事が減ってしまわないよう時間と量に注意しましょう。
- ・噛む力・飲み込む力に合わせた食べやすいものを選んでください。
- ・持病があり、食事制限がある方は医師に相談して下さい。



**行事予定**

令和4年12月末までの行事予定をお知らせします。  
近くなったら施設内にポスターで掲示して、あらためて皆様にお知らせいたします。

**11月**

- 14(月) 特養、デイサービス、グループホーム誕生会
- 17(木) ~ 29(火) デザートバイキングフェス
- 30(水) フラワーアレンジメント教室

**12月**

- 13(火) 特養、デイサービス、グループホーム誕生会
- 21(水) フラワーアレンジメント教室
- 22(木) ~ 23(金) クリスマス会